

Học viên như vậy đạt thành quả tốt đẹp trong chương trình huấn nghệ sau khi họ ra khỏi khung cảnh không có hệ thống và quá nuông chiều là gia đình, vào cảnh sống tập thể có những đòi hỏi thích hợp với mức phát triển của họ về việc chăm sóc bản thân. Sự chống đối không chịu đi làm có thể gây hại cho dây liên hệ giữa cha mẹ với con cái khi nó kéo dài và hóa mạnh thêm với thời gian.

Huấn nghệ ở trường.

Chương trình ở trường có thể và nên cho ra chuyển tiếp từ từ sang việc làm, bằng cách khởi sự trong lớp những công việc sẽ gặp khi đi làm, như phân loại xếp thành chồng và lắp đồ vật. Thường khi lớp giáo dục đặc biệt có những việc làm 'thực' như bỏ thông tin bạ vào phong bì, đóng bài thi cho những lớp khác, chăm sóc sân trường. Tuy nhiên có phản đối rằng học sinh làm vậy không công, tức chúng bị cưỡng ép lao động vì học sinh không thể nói là chúng muốn làm việc, cũng như học sinh tới trường là để được giáo dục, nay chăm lo sân trường thì không phải là giáo dục.

Bởi đa số chương trình giáo dục đặc biệt không có tiền để trả cho học sinh, trường phải dẹp bỏ một số chương trình như vậy và thay vào đó, có lúc học sinh phải làm những việc vô nghĩa lặp đi lặp lại không phải là 'việc làm' để chương trình khỏi bị than phiền, như bỏ bìa vào phong bì rồi lấy ra để tới phiên học sinh kế làm lại y hệt.

Trong việc chuẩn bị cho học sinh ra đời làm việc 'thật' sau này, điều quan trọng là trường cho việc 'thật' để học sinh được huấn nghệ, mà không phải là tô hình màu hay thay phiên bỏ bìa vào phong bì rồi lấy ra như nói ở trên. Học sinh tự kỷ đôi khi cần được dạy để có ý thức về thành đạt trong việc họ làm, và việc làm cần có hệ quả thực sự. Có trường được cha mẹ đóng góp để khi học sinh làm xong việc thì có thưởng hay phát phiếu mà khi thu thập được nhiều, các phiếu này đổi thành tiền cho học sinh đi xi nê hay đi nhà hàng cuối tháng.

Chương VIII

KỸ NĂNG SINH SỐNG

Chương trình học này nhằm giúp trẻ được độc lập càng nhiều càng tốt, trong những năm đầu tiên nó nhằm vào việc tự lo thân như tự ăn lấy, huấn luyện đi toilet, mặc y phục. Một phần quan trọng của việc huấn luyện kỹ năng sinh sống cho trẻ nhỏ tự kỷ là học để biết cách tham dự vào thông lệ của nhóm (routine), và theo luật trong nhóm, điều này áp dụng chung cho tất cả trẻ chưa đi học mà không riêng gì cho trẻ tự kỷ.

Sau khi đã thông thạo những kỹ năng sơ khởi này, chương trình bắt đầu khoảng 10 - 12 tuổi nhằm vào những kỹ năng sinh hoạt thường nhật như rửa soạn bữa ăn, làm giường, giặt quần áo, giúp lau chùi trong nhà và làm vườn. Khi lên trung học hay ở tuổi vào trung học thì chương trình hướng về kỹ năng làm việc như phân loại, lắp phụ tùng, đóng gói. Yếu tố tốt nhất trong việc giúp cho người tự kỷ có khả năng thấp ngày nay không vào ở trong viện, là mức độ họ có thể tự lo thân và thích nghi. Ngày nay người khuyết tật sống trong nhà tập thể có ít người, ở trong cộng đồng gần với gia đình của họ, nhưng muốn là thành viên tốt đẹp cho nơi cư ngụ như thế, trẻ tự kỷ cần được chuẩn bị có kỹ năng để sinh hoạt độc lập phần nào.

TRẺ CHẬM PHÁT TRIỂN NẶNG

Đối với những trẻ này kỹ năng tự lo thân gồm có việc biết ăn lấy một mình và huấn luyện dùng toilet, cả hai cho ra một số vấn đề với cha mẹ của trẻ. Ngay cả trẻ tự kỷ mà chậm phát triển nặng cũng có thể học những kỹ năng tự lo thân căn bản nhất lúc được 5 hay 6 tuổi.

Có một vài nguyên tắc chính yếu cho việc chỉ dạy những kỹ năng này:

- Thứ nhất là cần có sự đồng nhất về những yêu cầu đặt ra cho trẻ
- Thứ hai nên đi từng bước nhỏ từ từ, có thành đạt từng

chút một

- Thứ ba đừng tìm cách dạy hết mọi chuyện cùng một lúc.
- Thứ tư chỉ mong đợi con làm được những gì thích hợp cho tuổi tri thức của trẻ (tuổi tri thức - mental age - khác với tuổi năm tháng -chronological age - theo nghĩa trẻ 6 tuổi mà chậm phát triển thì có thể có tuổi tri thức bằng với trẻ 2 tuổi bình thường)

KỸ NĂNG ĂN UỐNG

Tự ăn lấy.

Tới khoảng 18 tháng thì đa số trẻ biết tự ăn lấy những món dễ gấp, bởi trẻ tự kỷ thích tự làm lấy một mình nếu có thể được nên việc bốc ăn, ăn bằng tay thường không bị trì trệ trừ phi có trục trặc về cử động tinh tế. Trong khoảng tuổi tri thức 18 -24 tháng trẻ có thể được tập để ăn lấy một mình thức ăn nào cần phải khéo léo như kem, yoghurt, ta nên bắt đầu bằng món trẻ ưa thích, cầm tay trẻ múc kem cho vào miệng. Nếu trẻ không chịu cầm muỗng thì cất bát kem đi khuất mắt chừng 5 - 10" sau đó mang ra tập trở lại. Nếu trẻ vẫn không chịu cầm muỗng nhiều lần thì cất bát kem đi luôn.

Cái nên tránh hơn hết không làm lúc này là dứt kem cho trẻ ăn, hay để trẻ tự ăn một mình không cầm muỗng. Cha mẹ có thể chờ vài phút rồi cho trẻ món khác mà em thích thí dụ như bình sữa. Với đa số trẻ tự kỷ việc không chịu cầm muỗng hay nĩa không phải là do chưa biết điều hợp các ngón tay để làm vậy, trẻ nào biết gọt gài bốc viên kẹo thì cũng cầm muỗng dễ dàng. Ngay cả trẻ chỉ biết nắm cây viết chỉ bằng cả nắm tay cũng có thể nắm cái muỗng.

Trẻ tự kỷ không chịu cầm muỗng vì em không thấy tại sao phải ăn theo cách của bạn trong khi em đã có cách ăn của riêng em. Không giống như trẻ chậm phát triển mà không bị tự kỷ, trẻ tự kỷ thích làm mình vui hơn là làm bạn vui, nhất là khi cái làm bạn vui lại ngược với ý của trẻ. Đây là sự kính chống giữa hai ý muốn và tất cả trẻ con dù bị tự kỷ hay không, cần học để biết rằng cha mẹ đặt ra luật, và cuộc sống có những luật phải chấp nhận làm theo. Đôi khi khó mà áp đặt luật cho trẻ tự kỷ hay chậm phát triển vì bạn thấy tội nghiệp con, nhưng không làm vậy là không giúp gì cho con và cũng không giúp gì cho bạn.

Kén ăn.

Việc tập con ăn lấy một mình gặp khó khăn một phần là vì trẻ tự kỷ có vẻ như sinh tật kén ăn, ta nói có vẻ vì kén ăn là tính phải học mới có, và trẻ có thể học để thích ăn món mới. Tật kén ăn hay thấy nhất ở con đầu lòng, cha mẹ khi có thêm những con sau thì không còn thì giờ

để chịu và năn nỉ con nào không chịu ăn, và món nào không ăn sẽ bị anh chị em khác lấy ăn hết, khiến trẻ chề cơm rớt cuộc không còn gì để ăn, hay phải đợi ai nấy ăn hết rồi mới tới phiên mình. Thành ra nhiều trẻ tự kỷ chịu ăn những món ở trường mà chúng sẽ không ăn ở nhà, vì trường dọn ra món gì mà trẻ chề thì có nước ngồi ngó và nhin đói, chứ không được chịu đựng như ở nhà có ba mẹ. Tâm lý ấy có thể áp dụng cho bữa ăn trong gia đình.

Không có lý do gì mà trẻ không được tập để ăn nhiều món, nếu cha mẹ để ý thấy là con không chịu ăn gì khác ngoài trừ sữa và bánh mì trắng, khoai chiên, pizza thí dụ vậy. Có một số rất nhỏ trẻ tự kỷ gặp trục trặc với bắp thịt ở miệng và thấy rõ qua việc nhều nước miếng hoặc hay mắc nghẹn. Trẻ như vậy có thể không chịu ăn món nào cần phải nhai, và em cần được chuyên viên về trục trặc trong việc ăn uống chữa trị.

Bước đầu tiên trong việc tập cho trẻ ăn nhiều món hơn là khi trẻ ăn hay uống một món gì thì thay nó bằng món khác cũng bổ dưỡng. Thí dụ trẻ thích uống Coke thì nay có thể cho trẻ uống nước trái cây, chế nước trái cây vào cái ly mà trẻ quen thuộc, nhưng đừng dùng chính cái ly uống Coke vì trẻ có thể bắt đầu không chịu dùng món mà trẻ quen dùng trong cái ly ấy. Ban đầu nếu chỉ uống một lần rồi thôi không chịu uống nữa thì cất ly đi, chờ khoảng nửa tiếng và cho tới khi nào hết làm nư rồi cho trẻ món mà chúng ưa thích là Coke.

Lần sau khi con đòi uống Coke, lại cho trẻ uống nước trái cây và nhấn mạnh hơn, chờ lâu hơn rồi mới cho trẻ món chúng ưa thích. Nguyên tắc này cũng áp dụng với thức ăn đặc, trước tiên cho trẻ một mẫu nhỏ thực phẩm mới mà ta muốn con ăn, sau đó mới cho món mà trẻ thích và cho ăn ít món này mà thôi. Hôm sau lại cho thử món ăn mới rồi dần dần đổi từ món cũ sang món mới.

Ta không nên lo lắng rằng trẻ có thể bị đói, vài trẻ nhịn luôn không chịu ăn gì hay ăn rất ít trong 2, 3 ngày, nhưng cuối cùng sẽ ăn món nào dọn ra cho chúng. Trẻ có thể sẽ ăn vạ, làm nư và tốt nhất là nên giả ngơ không để ý, bỏ đi chỗ khác. Khi con bớt la khóc thì lại mang ra thức ăn mới cho con. Vì sẽ có màn la hét kêu khóc nên đừng tập con ăn món mới vào giờ ăn chung cả nhà, mà cho gia đình ăn trước hay ăn sau trẻ.

Giờ ăn chung.

Vấn đề kế là làm sao cho trẻ tự kỷ thành một phần của gia đình trong giờ ăn chung, và đây là chuyện rất riêng tư cho mỗi nhà. Nếu có anh chị em trong nhà muốn nói chuyện vào giờ cơm về trường học, bạn bè và sinh hoạt trong ngày của mình, thì nên để trẻ tự kỷ làm chuyện khác nếu biết là em sẽ phá rối ở bàn ăn. Những con khác trong nhà cũng cần có thông lệ và giờ ăn định sẵn để nói chuyện với ba mẹ. Jiff 7 tuổi có anh là Joe 10 tuổi bị tự kỷ, cuối tuần kia Joe tới nhà bà ngoại chơi để Jiff ở nhà với mẹ. Bà kể rằng trong bữa cơm tối Jiff nói:

- Thích quá mẹ, trong nhà yên lặng không có Joe la lối phá phách.

Nói tới đây Jiff tỏ vẻ ngượng ngùng rồi nói thêm:

- Con không muốn nói là con không thương anh Joe, vậy không phải.

Gia đình khó mà biết họ thiếu giờ phút yên lặng trò chuyện giữa ba mẹ con cái với nhau, nếu bữa cơm nào cũng phải lo chịu theo ý muốn của trẻ tự kỷ. Ta có thể cho trẻ tự kỷ ăn trước rồi xem video trong lúc gia đình cùng ngồi ăn, như vậy giờ cơm tối có thể là thông lệ mỗi ngày cho cả nhà quây quần với nhau, và trẻ tự kỷ cũng cảm thấy sung sướng.

Nhiều gia đình muốn trẻ ăn chung với cả nhà kể rằng trẻ tự kỷ đi quanh bàn bốc thức ăn mà không chịu ngồi một chỗ suốt buổi. Giống như các hành vi khác, thói này cần được giải quyết từng bước một từ từ, bắt đầu bằng cách giữ cho trẻ ngồi ở bàn ăn vài phút khi trẻ ăn. Mang đồ chơi nhỏ để lên bàn để trẻ có thể chơi ngay trên bàn hay trên ghế cao.

Nếu trẻ ngưng ăn và xem ra sắp giở trò phá phách thì cho trẻ xuống ghế trước khi có chuyện xảy ra. Đừng đợi có phá phách để được thoát khỏi ghế và thưởng cho sự phá phách bằng cách thả trẻ xuống. Hoặc ta thả trẻ xuống trước khi có la hét đòi xuống, hoặc đỡ trẻ cho êm trước khi thả. Cũng nên cấm việc đi quanh bàn ăn bốc thức ăn, và chỉ cho ăn uống khi ngồi vào bàn mà thôi. Ta làm những việc này theo tuổi tri thức của trẻ, vì trẻ có tuổi tri thức khoảng 18 tháng thì thường không chịu ngồi vào bàn ăn suốt buổi trong bữa cơm lâu.

Khi đi nhà hàng thì nên chuẩn bị thay phiên nhau trông con như đó là trẻ nhỏ, chỉ nên đi cửa hàng bán thực phẩm ăn liền (fast food) hay nhà hàng gia đình, và đừng mang trẻ nào không thể ngồi yên trong suốt khoảng thông thường của bữa ăn.

TẬP ĐI TOILET

Khi phải thay tã bốn, năm năm liền cho trẻ thì việc hóa ra nhàm chán, bực dọc, nhất là khi còn em của trẻ cũng mang tã cần phải thay. Việc tập đi toilet cho trẻ tự kỷ khác với trẻ thường theo một số cách, đầu tiên trẻ không thích bắt chước nên khó dạy cho trẻ theo lối ấy, thứ hai trẻ không thích đi toilet chỉ để được khen là giỏi là ngoan. Mặt khác nhiều trẻ tự kỷ sẽ chịu học đi toilet nếu được thưởng món chúng ưa thích, và một số không thích bị ướt, bị dơ khi được huấn luyện nên sau vài lần như thế trẻ sẽ tự đi toilet. Điểm khác là trẻ tự kỷ thích theo sát thông lệ nên một khi việc đi toilet trở thành thông lệ thì chúng làm theo và ít có trục trặc.

Tập đi toilet theo thời biểu.

Cách sau có thể áp dụng cho trẻ tự kỷ ba tuổi trở lên, là cho trẻ đi toilet theo thời biểu với mục đích là tập trẻ làm đúng việc đúng giờ và khen đúng lúc. Muốn việc tập luyện được hiệu quả thực sự thì nên có hợp lực

giữa trường và nhà. Cha mẹ là người tốt nhất trong việc quyết định con đã sẵn sàng hay chưa để tập như vậy, khi bắt đầu thấy rằng tã thường ướt sau một giờ hay lâu hơn, và biết thường thường khi nào thì tã ướt hay dơ cũng giúp cho việc huấn luyện. Có trẻ cho ra dấu hiệu rõ ràng về việc muốn đi tè hay đi cầu, và đây là những chi tiết quan trọng cho việc soạn ra thời biểu đi toilet.

Thường thường khi bắt đầu tập đi toilet theo thời biểu, trẻ được dẫn vào toilet ngay khi thức dậy buổi sáng, và 15' sau khi uống sữa hay uống nước. Ở trường thì học sinh thường được cho đi toilet khi chúng đến trường, trước hay sau khi ra chơi, sau giờ ăn nhẹ và bất cứ lúc nào khác khi có vẻ như chúng có thể muốn đi. Mỗi lần vào toilet trẻ được giúp kéo quần và ngồi xuống từ 3 - 4' có người trông coi. Để có kết quả thì được khen rồi rút và thưởng cho ăn liền ngay lúc còn ngồi trên toilet.

Một số trẻ chịu ngay thói quen này và khi chưa ai ý thức thì trẻ bắt đầu tự đi toilet một mình. Có bà mẹ kể rằng chỉ vài ngày sau khi tập con đi toilet, bà nghe tiếng nước chảy và thấy con tự kỷ không có trong phòng. Bà vào toilet thì thấy con đang kéo quần lên. Đối với vài trẻ nhìn nước chảy xoáy trong toilet là điều thích thú làm nhăn mặt thêm thói quen đi toilet, và chúng xem việc nhăn mặt cho nước chảy là một phần để chịu trong thói quen đi toilet.

Mặt khác có cha mẹ nói rằng họ rất bực bội khi con nín, giữ lại lúc tập toilet rồi chờ khi mặc tã trở lại thì đi cầu trong tã. Hai đề nghị đưa ra cho việc này là :

- theo dõi con kỹ và tìm cách đưa con đi toilet ngay khi trẻ sẵn sàng, hay

- cho con mặc tã ướt trở lại trong vài phút để sự việc hóa ra khó chịu chút đỉnh, rồi dẫn con vào toilet ngồi lên bàn cầu, và chỉ thay tã sau khi con đã ngồi yên ở bàn cầu một lúc.

Đôi khi việc tập đi toilet theo thời biểu làm được ở trường hơn là ở nhà, vì giờ học đi theo thời biểu, toilet ở trường có nhiều phòng và nhân viên lo cho trẻ không phải bận tâm chuyện gì thêm, khác với ở nhà cha mẹ phải lo nhiều việc một lúc. Tuy nhiên nếu trẻ có thể tập để giữ cho tã khô ở trường hay nhà thì cũng có thể được tập giữ cho tã khô ở nơi kia.

Chuyện quan trọng là cha mẹ và thầy cô làm việc chặt chẽ với nhau trong việc huấn luyện đi toilet, để thói quen được mang từ trường về nhà, muốn được vậy thì lời chỉ dẫn khi đi toilet, ngồi lên đó, dùng toilet đúng cách, cần được giống nhau giữa trường và nhà càng sát càng tốt. Nếu có thêm các yếu tố khác như cùng loại toilet, cùng lời khen, cùng loại thực phẩm thưởng khi trẻ làm đúng, thì càng hay hơn nữa.

Với đa số trẻ tự kỷ, việc huấn luyện đều đặn theo thời biểu thường cho kết quả khả quan trong vòng sáu tháng. Có trẻ phải mất một năm hay lâu hơn để không còn đái dầm ban đêm, hay để tập đi tiểu lần đi cầu. Với trẻ tự kỷ có khả năng thấp, việc tập đi toilet được hoàn toàn có thể khó hơn và chỉ làm được lúc trẻ 8, 9 hay 10 tuổi. Thường thường những trẻ này vẫn cần theo một thời biểu đi toilet, chúng sẽ tiểu hay đi cầu nếu được dẫn vào

toilet nhưng ít khi cho hay là mình cần đi, và nếu không được hỏi hay dẫn đi thì có trục trặc. Có lẽ cách tốt nhất là lập thời biểu chặt chẽ để giúp trẻ như vậy biết đi toilet thông thạo được chừng nào tốt chừng đó.

KHÓ ĐI NGỦ

Một vấn đề khác gây khó khăn lớn lao cho nhiều cha mẹ có con tự kỷ còn nhỏ là cho con vào giường ngủ và nằm yên trong đó. Có khó khăn này một phần là do chúng tự kỷ liên hệ đến việc ngủ ít, nhiều trẻ tự kỷ xem ra không cần ngủ lâu như bình thường, mà hay ngủ rất trẻ, không ngủ trưa và nửa đêm thức dậy một lúc lâu. Có những cách cải thiện được thói ngủ như vậy mà nếu không thành công thì người ta có thể dùng thuốc.

Nguyên tắc được dùng giống như tập đi toilet và tập ăn nói ở trên, và cha mẹ cần chú ý đến mức phát triển của trẻ thay vì tuổi theo năm tháng. Nhiều trẻ bình thường trong khoảng 18 - 24 tháng thấy rằng ngủ trong giường ba má cùng với hai người thì vui hơn, trẻ tự kỷ cũng giống vậy nhưng cha mẹ thấy khó mà từ chối con. Bởi lúc thức trẻ tự kỷ chống lại không cho ôm ấp, còn khi ngủ thì trẻ để yên cho cha mẹ ôm vào lòng, khiến cha mẹ cảm thấy gần gũi hơn, bù lại lúc con thức và xô đẩy cha mẹ.

Tùy theo hoàn cảnh mỗi gia đình mà cha mẹ quyết định tới tuổi nào thì trẻ phải ngủ riêng không còn được ngủ với cha mẹ. Khi ấy nên có thời biểu rõ ràng về thông lệ lên giường đi ngủ mỗi đêm, gồm có những bước như mang con vào giường riêng của chúng, ở với con một lúc, đọc sách hay nghe nhạc hay làm việc gì mà con ưa thích. Trẻ nhỏ có thể cần cha mẹ ở cạnh tới lúc thiếp đi. Dần dần cha mẹ có thể ngồi gần giường thay vì phải ở trong giường nằm cạnh con lúc trẻ thiêu thiêu ngủ, tuy vậy cần có giới hạn là cha mẹ ở lại trong phòng bao lâu và sau khoảng thời gian ấy, trẻ sẽ nằm một mình trong phòng.

Có trẻ tự kỷ cảm thấy thoải mái khi được bỏ trong phòng một mình, và nửa đêm sẽ thức dậy ngồi chơi ngay cả khi phòng tối đen, nếu con bạn có tính như vậy thì không sao cả, có thể trẻ không buồn ngủ nhưng nên có cách ngăn không cho trẻ ra khỏi phòng như móc cửa gần trên cao ở phía ngoài cửa. Cách nào thì tùy theo tuổi của trẻ và trẻ muốn đi ra ngoài tới bậc nào.

Nếu trẻ la khóc không chịu đi ngủ và cần để cho trẻ ở trong phòng khóc cho hết, thì phải lấy đi những vật nào có thể gây nguy hiểm ra khỏi phòng. Nếu có anh chị em ngủ chung phòng thì cũng nên mang trẻ này tạm thời đi chỗ khác cho tới khi trẻ tự kỷ học rành cách đi ngủ. Phần lớn trẻ sẽ nín khóc khoảng gần sau một tiếng, và đa số không khóc phản đối quá năm ngày. Dầu vậy cũng có trẻ tự kỷ khóc lâu đến năm tiếng đồng hồ, nếu con bạn giống vậy thì có thể cho uống thuốc ngủ hay uống một chút thuốc ho trẻ con cũng giảm bớt tình trạng.

Không nên để trẻ tự kỷ làm chủ gia đình vào ban đêm, sẽ tới lúc nào đó trẻ gây ra chuyện nguy hại khi đi vào văn phòng này phòng kia trong nhà và vặn lò, mở cửa tủ lạnh.

KỸ NĂNG SINH SỐNG HẰNG NGÀY

Cho thiếu niên và người lớn tự kỷ bị chậm phát triển nặng, những kỹ năng này gồm có việc lo cho bản thân, biết đi xe bus, đi chợ, lau chùi nhà cửa, nấu ăn, giặt quần áo v.v.. Đối với trẻ không bị chậm phát triển thì những kỹ năng này tự học lấy và không hề là một phần của chương trình học, nhưng đối với người chậm phát triển và đặc biệt là người tự kỷ, thì kỹ năng sinh sống hằng ngày phải được đặc biệt chỉ dẫn và biến thành một phần của thông lệ. Một số kỹ năng xem ra dễ chỉ dẫn cho họ hơn là cho người khác, nếu ta biết lợi dụng lòng ưa thích làm theo thông lệ, muốn mọi việc lúc nào cũng như lúc nào của người tự kỷ.

Nói chung thanh niên tự kỷ đối phó khá quan với những đòi hỏi mà họ gặp phải trong thông lệ hằng ngày không thay đổi hơn là khi đối phó với đòi hỏi có tính bất chợt nhiều thay đổi hơn. Kỹ năng sinh hoạt hằng ngày mà làm ở trường hay ở nhà là hai môi trường quen thuộc thì dễ thành công hơn là khi làm ở chỗ công cộng. Người tự kỷ thường lo lắng và không thấy thoải mái khi ra chỗ công cộng, và có khuynh hướng thấy hành vi không đoán trước được của người khác là chuyện bực mình, gây kích động quá đáng cho họ, thay vì là chuyện mới mẻ thú vị như người bình thường nghĩ.

Người tự kỷ thường làm giỏi công chuyện khi không có ai khác chung quanh, hay khi họ làm để thỏa mãn chính mình. Theo cách ấy chuyện nhà như nấu ăn thì làm giỏi hơn là giặt quần áo, và họ thích công chuyện làm một mình như làm vườn hơn là chuyện làm chung như khiêng để dời chỗ bàn ghế. Chuyện thường lệ, cái gì lập đi lập lại thì được ưa thích hơn chuyện nào cần phải suy tính quyết định từng lúc một.

CHƯƠNG TRÌNH MẪU

Cho người tự kỷ có khả năng thấp

Để cho thí dụ về trường nên được tổ chức như thế nào cho thiếu niên bị khuyết tật nặng, ta sẽ đi thăm một chương trình thành công trong việc chỉ dạy kỹ năng thích nghi. Chương trình này được thành lập nhờ công khó của một phụ huynh và là kết quả của việc bà nỗ lực nhất quyết có được sự giáo dục thích hợp cho con gái 15 tuổi bị tự kỷ và khuyết tật nặng nề. Ban đầu chương

trình dành cho thiếu niên tự kỷ 16 tuổi bị khuyết tật nặng chỉ là cho em ngồi trong lớp suốt ngày viết tên mình lên 10 tấm bìa, xếp loại những vòng đủ màu, viết các mẫu tự. Bà mẹ trên tranh đấu kiên trì để rồi một chương trình được thành lập dạy các học sinh này cư xử như thiếu niên, người lớn cùng tuổi, làm thay đổi các em một cách tuyệt diệu.

Lớp học được xếp đặt lại giống như căn flat rất rộng hình chữ L hơn là một phòng học. Đầu chữ L là nhà bếp và cuối chữ L là phòng khách, cạnh ngang của chữ L là phòng ngủ, phòng trang điểm cộng thêm với phòng tắm. Cả 10 học sinh đều bị trí tuệ nặng, tuổi trong khoảng từ 15 - 20, trong số này có hai, ba em cũng bị thêm chứng tự kỷ. Nhân viên gồm một giáo viên và hai phụ giáo, rồi có thêm người tình nguyện là học sinh trung học ở gần đó tới giúp từng học viên một trong chương trình.

Học viên sẽ vào bếp có giám thị để đặt bàn ăn trưa hay ăn nhẹ, làm sandwich, chế nước uống, rửa chén rồi sau đó cất chén đi. Một vài học viên đã có thể dùng microwave để nấu ăn, và chọn thức ăn thích hợp trong tủ lạnh theo sự hướng dẫn của giáo viên và sách nấu ăn bằng hình. Trong phòng khách học viên khác được giao cho việc xếp quần áo mà tự họ đem bỏ máy giặt và máy sấy thành chồng. Mỗi học viên đều có việc phải hoàn tất và khi làm xong thì họ được phép ngồi ở phòng khách chơi, có sinh hoạt như chọn nhạc để nghe bằng headphones, xem tạp chí, hay dùng máy điện toán với bạn từ trường trung học chỉ dẫn.

Trong phòng trang điểm có giường để học viên tập làm giường, có tủ áo, bàn gương lược cho học viên biết cách dọn dẹp. Thiếu nữ được chỉ cách chải đầu, cột / kẹp tóc và có người quan tâm đến việc dùng phấn son. Trong phòng tắm có những chỗ ngăn riêng cho mỗi người và có giám thị khi học viên làm vệ sinh răng miệng. Bên ngoài lớp học viên làm vườn trong sân, có một số lo việc lau chùi dọn dẹp trong phòng ăn sau khi học sinh tiểu học ăn xong.

Đa số học viên chỉ mới bắt đầu học kỹ năng trong những hoạt động này, nhưng sự khác biệt của họ so với năm trước rất rõ ràng. Không ai còn phải ngồi một lúc thật lâu khật khùng lơ lảo. Trong lớp mới này thói la hét phá phách còn rất ít, học viên tương tác với nhau nhiều hơn khi làm công chuyện của mình, và giáo viên thấy bớt căng thẳng hơn. Học viên có nhiều sinh hoạt khác nhau mà họ làm giỏi và những chuyện này trở thành đóng góp của họ cho nhóm. Chẳng hạn Celia 15 tuổi làm được một số chuyện rất khá. Giống như nhiều người bị tự kỷ, Celia thích ngấm nước chảy. Lợi dụng điểm này, luật cho Celia là trong lúc đứng rửa chén thì Celia được cho nước chảy, mà nếu Celia không làm việc mà chỉ đứng ngấm nước chảy thì vòi nước sẽ bị tắt đi. Thế nên Celia rửa chén rất giỏi.

Giáo viên cũng khám phá ra cách Celia làm giường. Celia có thói quen là thích ném đồng các hay vật nhỏ lên mặt phẳng hơi cứng, hứng lấy vật rồi phẩy tay rất thích chí. Nếu Celia làm giường đang hoàng thì em có được 5 phút chơi thấy đồ vật trên giường. Vậy thì Celia làm giường thật thẳng, mặt giường căng để làm đồ vật

nảy cao. Một năm về trước cũng trong lớp này Celia ngồi giữa mấy chồng tấm bìa, viết chữ lên mỗi tấm, thỉnh thoảng lăm lăm hỏi 'Chơi đu ? Chơi đu ?', hay nhồm đậy chạy đi lục ngăn kéo trên bàn giáo viên lấy bánh cất trong đó.

Trong những chương trình tương tự khác, người tự kỷ thường học giỏi việc nấu ăn vì họ thích sau khi xong xuôi thì được ăn món họ đã nấu. Người khác thích làm việc kích thích ngũ quan, như điều khiển máy cán lon nước ngọt trong chương trình tái chế biể, hay lo tưới cây. Học viên bị khuyết tật nặng nề mà những năm cuối bậc trung học được theo chương trình tốt đẹp dạy kỹ năng sinh hoạt hằng ngày, thì có cơ hội để thành công hơn khi họ chuyển qua hoàn cảnh mới là vào sống trong nhà tập thể. Từ đây họ có thể học nghề, dùng những kỹ năng thích hợp cho riêng họ và soạn như là một phần của việc học ở trường.

Cho người tự kỷ có khả năng cao.

Trong phần trước ta có nói 10% người trẻ tự kỷ tiếp tục học ở trường lớp bình thường và có hiểu biết về các môn học chỉ thua kém một hay hai năm so với lớp bình thường. Những học sinh này cũng tốt nghiệp trung học khi qua được hết mọi môn theo cùng tiêu chuẩn, hay có bằng tương đương trong chương trình giáo dục đặc biệt. Học sinh bình thường cùng tuổi và cùng trình độ học vấn với họ thì không gặp mấy vấn đề ở thời điểm này trong việc tìm chỗ làm và sống độc lập, nhưng thanh niên tự kỷ có khả năng cao thường gặp khó khăn trong khung cảnh sinh hoạt độc lập, và không được chuẩn bị kỹ để đối phó về mặt giao tiếp xã hội và nhân dụng của thế giới bên ngoài.

Tổng quát thì các thanh niên này biết làm giường, giặt quần áo, nướng pizza trong microwave, và đánh răng đúng phép, nhưng nếu để tự mình họ thì nhiều người sẽ không bao giờ làm giường, chỉ mặc y phục lồi thối, ăn uống phần nhiều là món không bổ dưỡng và vệ sinh răng miệng không tốt.

Cái mà những người tự kỷ có khả năng cao cần là việc xem qua những sinh hoạt hằng ngày của họ mà không cần có giám thị chặt chẽ và nhắc nhở như đối với người tự kỷ bị khuyết tật nặng nề để hoàn tất công chuyện mỗi ngày. Không có mấy chương trình như vậy và nói chung số chương trình cho người tự kỷ có khả năng cao thì ít hơn nhiều so với chương trình cho người khuyết tật nặng. Mặt khác, nếu có chương trình thì nó không dành riêng cho người tự kỷ mà chung cho người khuyết tật.

Trong một chương trình như vậy tất cả học viên ở trong những căn flat trong cao ốc thuộc khu gia cư ngoại ô thành phố, cư dân khác trong cao ốc là người bình thường như ở bất cứ cộng đồng nào khác. Năm đầu tiên của chương trình thì học viên được chỉ dẫn những kỹ năng họ cần để sống trong flat của riêng họ, như nấu ăn, đi chợ, lau chùi, dọn dẹp. Có giám thị dạy kỹ năng tổ chức, xếp đặt như soạn một bảng đi chợ ghi các món cần mua rồi làm theo bảng ấy, học viên mới được cho ở chung flat với học viên kinh nghiệm hơn đã có những